



Τηγανητό παγωτό

20'
Χρόνος
Εκτέλεσης

5 ώρες'
Χρόνος
Αναμονής

1'
Χρόνος
Ψησίματος

6
Μερίδες

2
Βαθμός
Δυσκολίας



Συστατικά

- 500 γρ. παγωτό, βανίλιας
- 200 γρ. δημητριακά ολικής
- 150 γρ. ινδοκάρυδο
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)
- 3 αβγά, μεσαία
- 70 γρ. γάλα καρύδας
- 600 ml ηλιέλαιο, για το τηγάνισμα

Για το σερβίρισμα

- 100 γρ. κουβερτούρα, λιωμένη
- φράουλες
- μύρτιλα (blueberries)
- φύλλα δυόσμου

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

513 Θερμίδες (kcal)	31.0 Λιπαρά (γρ.)	19.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	45.0 Υδατ/κες (γρ.)
26%	44%	95%	17%
22.0 Σάκχαρα (γρ.)	11.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	7.3 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.84 Αλάτι (γρ.)
24%	22%	29%	14%

Μέθοδος Εκτέλεσης

- Βάζουμε ένα [ταψί](#) στρωμένο με λαδόκολλα στην κατάψυξη για να παγώσει καλά.
- Με ένα σκουπ παγωτού χωρίζουμε το παγωτό σε 6 μπάλες και τις τοποθετούμε στο παγωμένο ταψάκι. Μεταφέρουμε στην κατάψυξη για 2 ώρες.
- Σε ένα μικρό μπολ βάζουμε τα αυγά, το γάλα καρύδας, το εκχύλισμα βανίλιας και ανακατεύουμε με ένα σύρμα χειρός.
- Σε ένα μεγάλο μπολ βάζουμε τα δημητριακά και τα σπάμε καλά με τα χέρια μας. Προσθέτουμε το ινδοκάρυδο, αλάτι και ανακατεύουμε με ένα κουτάλι.
- Βάζουμε τη μία μπάλα από το παγωτό στο μπολ με την ξηρή μαρινάδα και καλύπτουμε όλη την επιφάνειά του. Βάζουμε στο μείγμα με τα αυγά και ξανά στην ξηρή μαρινάδα. Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία για όλες τις μπάλες, τις βάζουμε σε ένα ταψί και μεταφέρουμε στην κατάψυξη για 2-3 ώρες.
- Τοποθετούμε ένα [βαθύ τηγάνι](#) με το ηλιέλαιο σε δυνατή φωτιά.
- Τηγανίζουμε ανά 2 μπάλες παγωτού για 20-30 δευτερόλεπτα. Αφαιρούμε με τη βοήθεια μιας τρυπητής κουτάλας σε απορροφητικό χαρτί.
- Σερβίρουμε με λιωμένη κουβερτούρα, φράουλες, μύρτιλα, ζάχαρη άχνη και φύλλα δυόσμου.